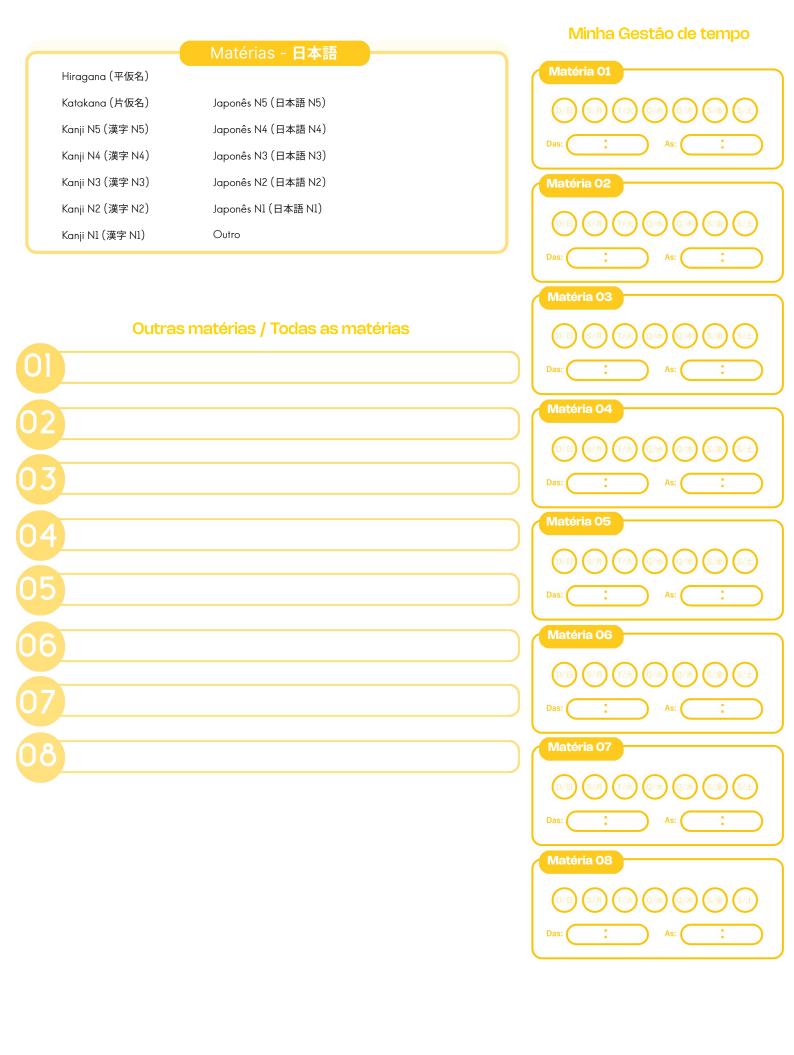


K I

Ν

		D	ESENHO LI	VRE
(				)

Nome / 名前



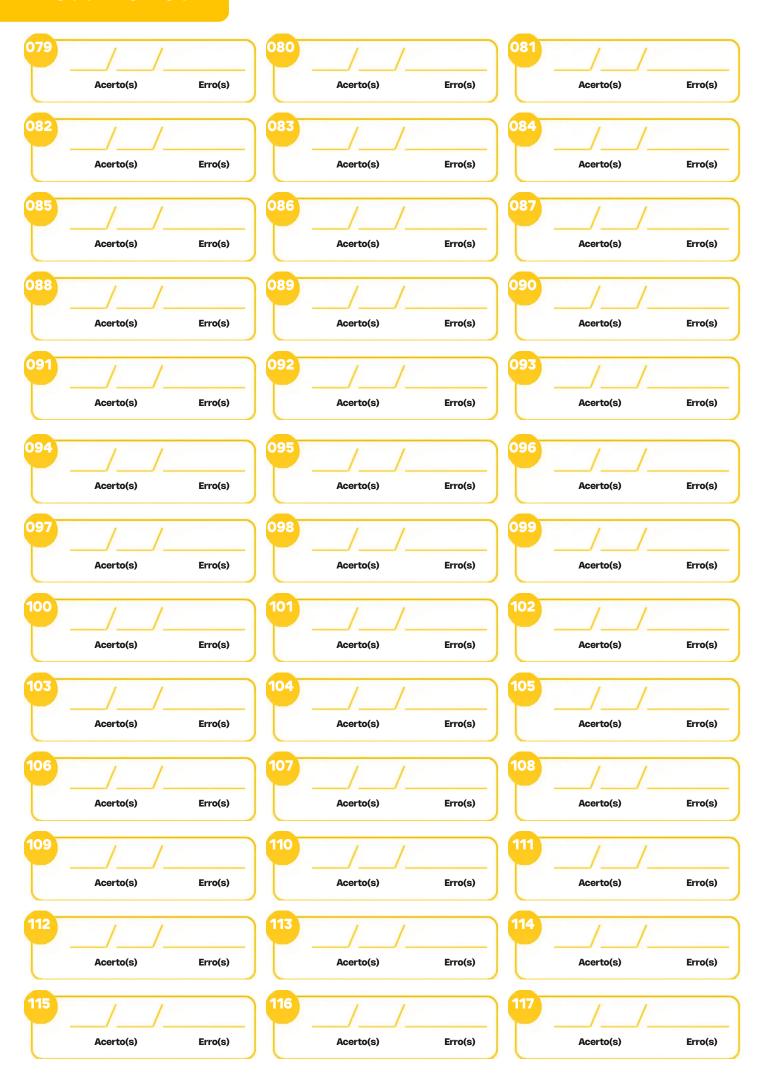
## **Meus Treinos**



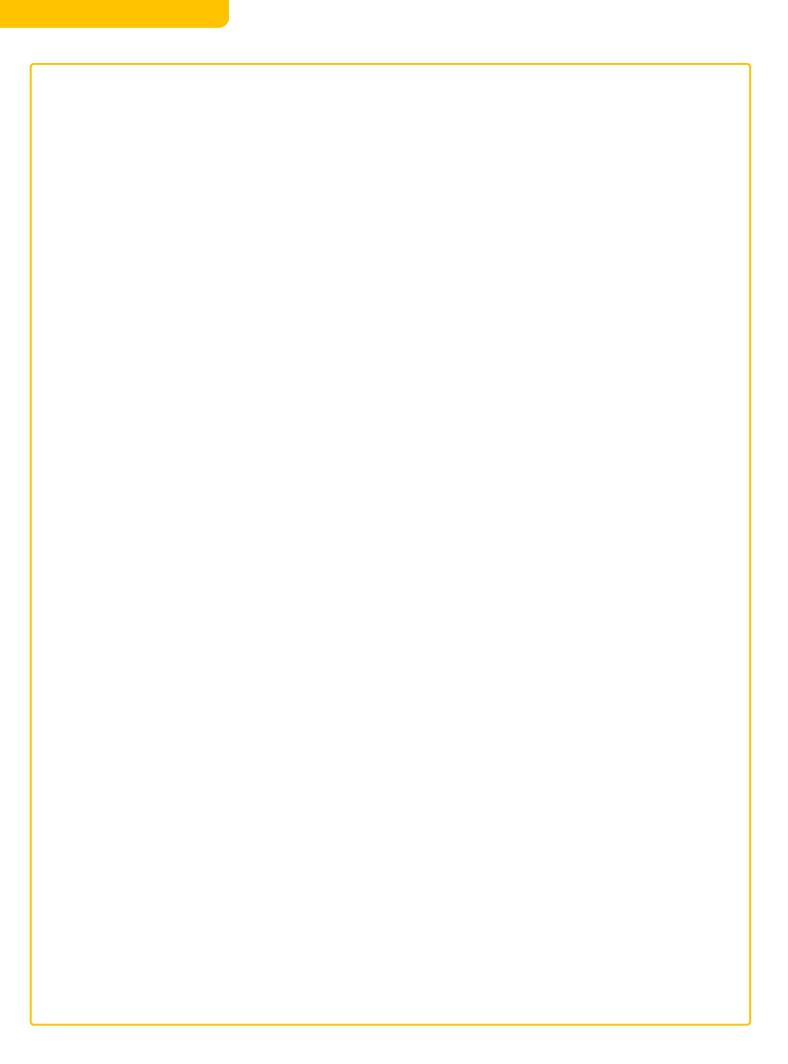
## **Meus Treinos**



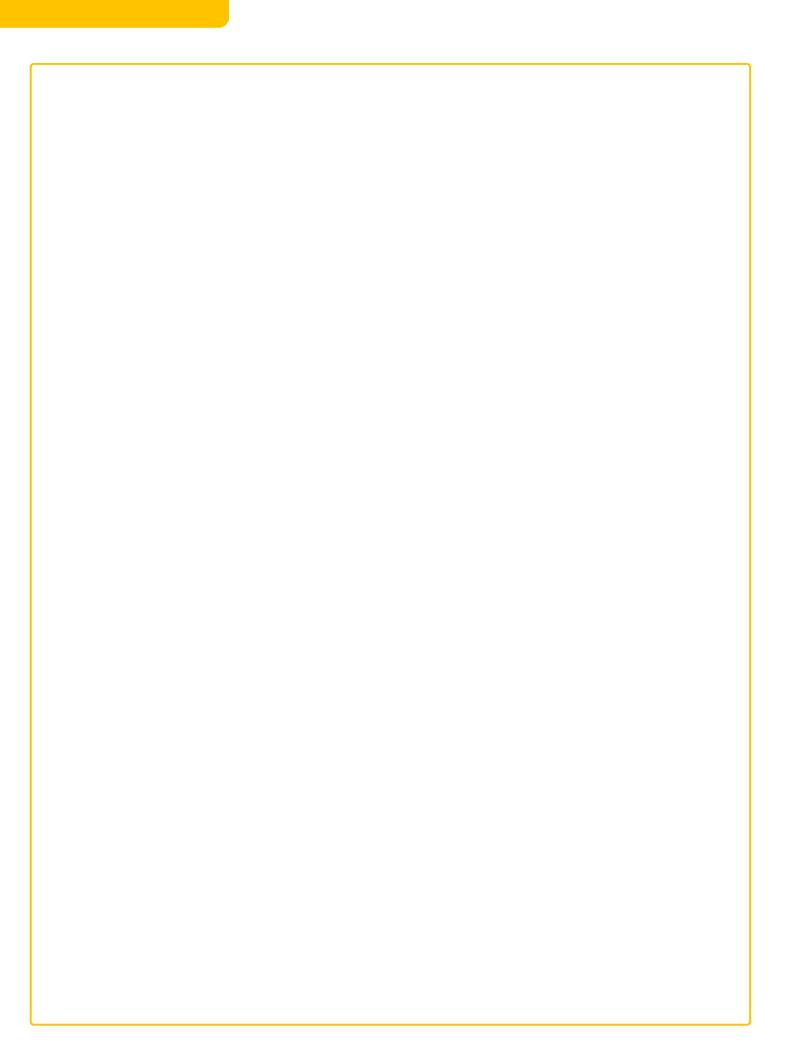
## **Meus Treinos**



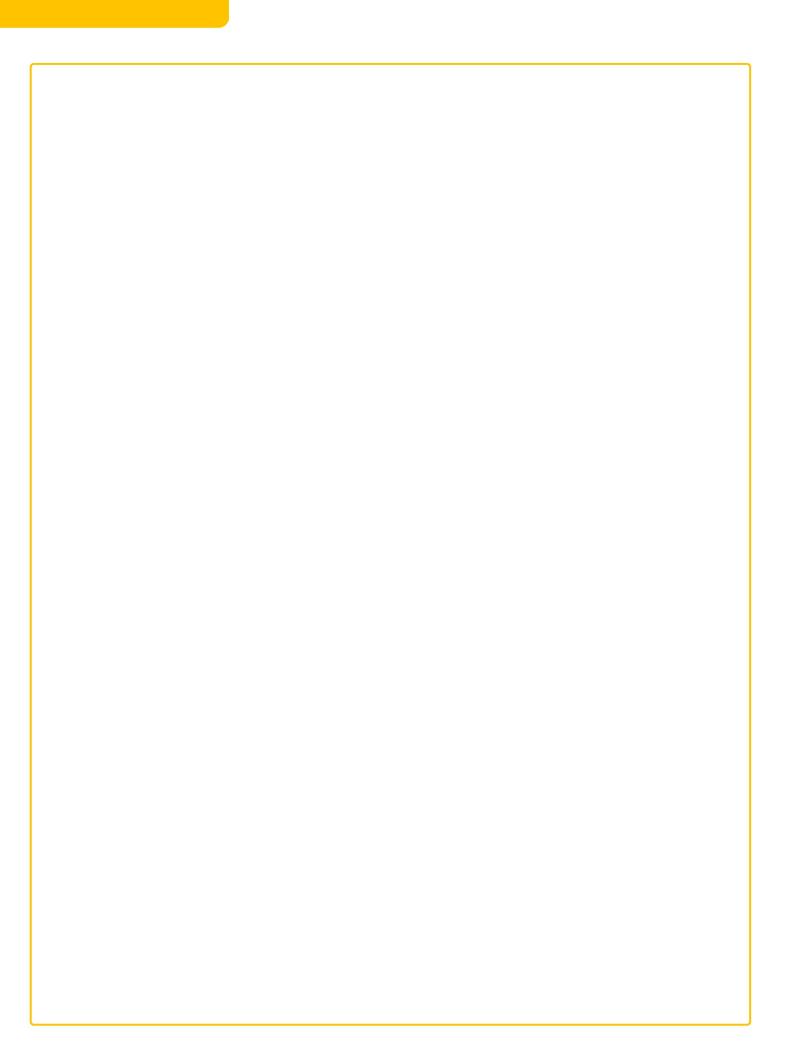




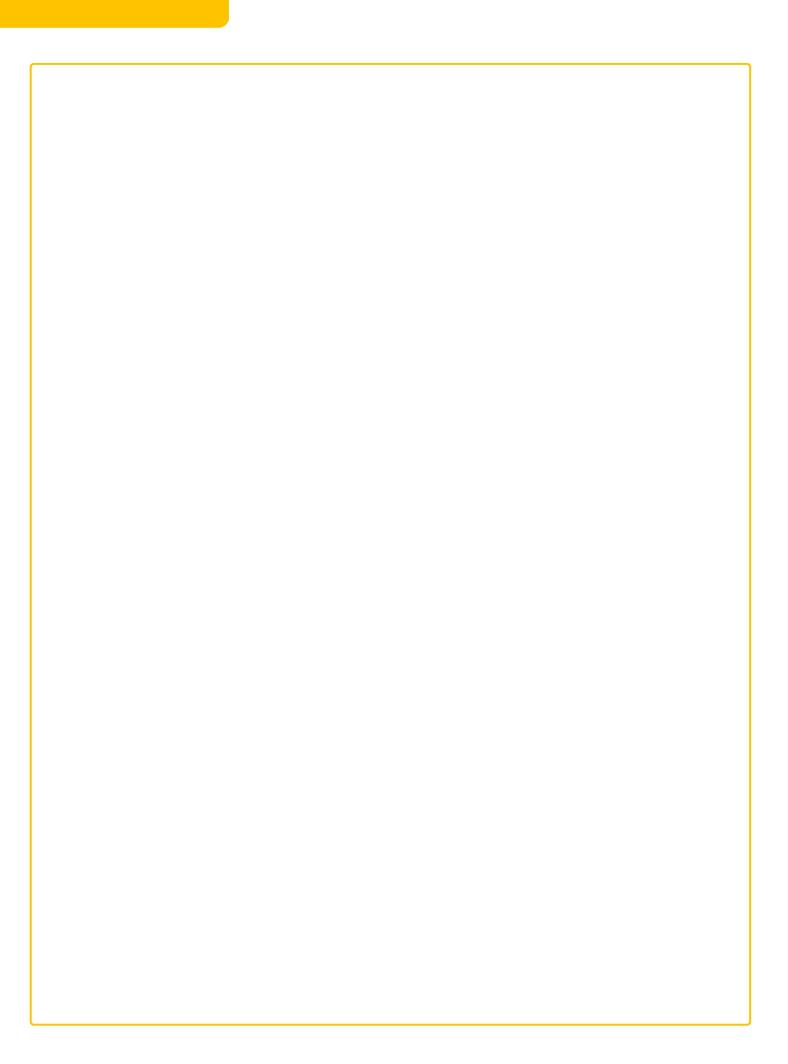














Anotações	Escrita Japonesa / Asiática	
	6 5 4 3 2 1	
		A
		=
		B
		F
		_
		I
		_
		J
		K
		_
		N
		_
		N
		· · · · · ·



Anotações	Escrita Japonesa / Asiática	
	6 5 4 3 2 1	
		A
		=
		B
		F
		_
		I
		_
		J
		K
		_
		N
		_
		N
		· · · · · ·



Anotações	Escrita Japonesa / Asiática	
	6 5 4 3 2 1	
		A
		=
		B
		F
		_
		I
		_
		J
		K
		_
		N
		_
		N
		· · · · · ·



Anotações	Escrita Japonesa / Asiática	
	6 5 4 3 2 1	
		A
		=
		B
		F
		_
		I
		_
		J
		K
		_
		N
		_
		N
		· · · · · ·



Anotações	Escrita Japonesa / Asiática	
	6 5 4 3 2 1	
		A
		=
		B
		F
		_
		I
		_
		J
		K
		_
		N
		_
		N
		· · · · · ·



Anotações	Escrita Japonesa / Asiática	
	6 5 4 3 2 1	
		A
		=
		B
		F
		_
		I
		_
		J
		K
		_
		N
		_
		N
		· · · · · ·



Anotações	Escrita Japonesa / Asiática	
	6 5 4 3 2 1	
		A
		=
		B
		F
		_
		I
		_
		J
		K
		_
		N
		_
		N
		· · · · · ·



Anotações	Escrita Japonesa / Asiática	
	6 5 4 3 2 1	
		A
		=
		B
		F
		_
		I
		_
		J
		K
		_
		N
		_
		N
		· · · · · ·



Anotações	Escrita Japonesa / Asiática	
	6 5 4 3 2 1	
		A
		=
		B
		F
		_
		I
		_
		J
		K
		_
		N
		_
		N
		· · · · · ·



Anotações	Escrita Japonesa / Asiática	
	6 5 4 3 2 1	
		A
		=
		B
		F
		_
		I
		=
		J
		K
		_
		N
		_
		N
		· · · · · ·



Anotações		Esc	orita Japo	nesa / As	iática	
	6	5	4	3	2	1
	, ,	1		1		Δ
	1 1					
	1 1	1 1		1 1		
	1 1	1 1		1 1		
						D
						E
		1	1	1	1	F
		1				3 1 1 G
	1 1					
	1 1			1		
	1 1					
						k
	1	1	1 1	1	1	1
				1	1	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,
	1 1	1 1		1 1		



Anotações	Escrita Japonesa / Asiática	
	6 5 4 3 2 1	
		A
		=
		B
		F
		_
		I
		=
		J
		K
		_
		N
		_
		N
		· · · · · ·



Anotações	Escrita Japonesa / Asiática	
	6 5 4 3 2 1	
		A
		=
		B
		F
		_
		I
		=
		J
		K
		_
		N
		_
		N
		· · · · · ·



Anotações	Escrita Japonesa / Asiática	
	6 5 4 3 2 1	
		A
		=
		B
		F
		_
		I
		=
		J
		K
		_
		N
		_
		N
		· · · · · ·



Anotações	Escrita Japonesa / Asiática	
	6 5 4 3 2 1	
		A
		=
		B
		F
		_
		I
		=
		J
		K
		_
		N
		_
		N
		· · · · · ·



Anotações	Escrita Japonesa / Asiática	
	6 5 4 3 2 1	
		A
		=
		B
		F
		_
		I
		=
		J
		K
		_
		N
		_
		N
		· · · · · ·



Anotações	Escrita Japonesa / Asiática	
	6 5 4 3 2 1	
		A
		=
		B
		F
		_
		I
		=
		J
		K
		_
		N
		_
		N
		· · · · · ·



Anotações	Escrita Japonesa / Asiática	
	6 5 4 3 2 1	
		A
		=
		B
		F
		_
		I
		=
		J
		K
		_
		N
		_
		N
		· · · · · ·



Anotações	Escrita Japonesa / Asiática	
	6 5 4 3 2 1	
		A
		=
		B
		F
		_
		I
		=
		J
		K
		_
		N
		_
		N
		· · · · · ·



Anotações		Escrita Japonesa / Asiática			
	6	5 4	3 2	1	
		1			
		1 1	1 1		
				D	
				F	
		1 1		1	
				J	
				L	
				- I	



Anotações		Escrita Japonesa / Asiática			
	6	5 4	3 2	1	
		1			
		1 1	1 1		
				D	
				F	
		1 1		1	
				J	
				L	
				- I	



Anotações		Escrita Japonesa / Asiática			
	6	5 4	3 2	1	
		1			
		1 1	1 1		
				D	
				F	
		1 1		1	
				J	
				L	
				- I	



Anotações	Escrita Japonesa / Asiática					
	6	5	4	3	2	1
	, ,	1		1		Δ
	1 1					
	1 1	1 1		1 1		
	1 1	1 1		1 1		
						D
						E
		1		1	1	F
		1				3 1 1 G
	1 1					
	1 1			1		
	1 1					
						k
	1	1	1 1	1	1	1
				1	1	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,
	1 1	1 1		1 1		



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Es	crita Japo	nesa / Asi	iática	
	6	5	4	3	2	1
					-	
					1 1	
	1 1					
	1 1	1 1			1 1	
	1 1					1 1



Anotações		Escrita Japonesa / Asiática				
	6	5	4	3	2	1
						Δ
		1 1				В
	1 1	1 1		-		
						C
						D
						E
		1				F
		1 1		1 1	1 1	G
	1 1					
						'
						J
						K
	1 1					
	1 1					
	1 1			1 1		
						N
						C